

Согласовано:
Заведующая ОКМС администрации МО
Камышловский муниципальный район

О.А.Полуяхтова



Утверждаю:
Директор МКУ ДО ДЮСШ
Камышловского района

О.А.Колясникова

Приказ № 120 от « 08 » сентября 2020 г.



Учебный план
муниципальное казенное учреждение дополнительного
образования Детско-юношеская спортивная школа
Камышловского района на 2020-2021 учебный год

Рассмотрено на заседании
тренерского совета
протокол № 1 от 24.08.2020 год

**Пояснительная записка
к учебному плану МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района
на 2020-2021 учебный год**

1. Общие положения.

1.1. Учебный план МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района на 2020-2021 учебный год является нормативным документом, определяющим распределение учебного времени, отводимого на организацию учебно-тренировочных занятий.

1.2. Учебный план МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района на 2020-2021 учебный год разработан в соответствии со следующими нормативными документами:

Федерального уровня:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 26.07.2019) "Об образовании в Российской Федерации";

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 N 16 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СПЗ.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19);

- Приказ Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. N 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам";

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

- приказ минспорта рф от 20.03.2019 n 250 "об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "лыжные гонки";

- Приказ Минспорта России от 19.01.2018 N 34 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол";

- Приказ Минспорта России от 20.08.2019 N 673 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика";

- Приказ Минспорта России от 10.04.2013 N 114 (ред. от 23.07.2014) "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол";

- Приказ Министерства спорта РФ от 30 августа 2013 г. N 680 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта волейбол";

- Приказ Министерства спорта РФ от 20 сентября 2017 г. N 813 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "каратэ".

- Приказ Минспорта России от 27.12.2013 N 1125 "Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта".

Муниципального уровня:

Положение о системе оплаты труда работников муниципального казенного учреждения дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа Камышловского района, утвержденную постановлением главы муниципального образования Камышловский муниципальный район от 20 сентября 2013 года № 913, от 4 сентября 2014 года № 853, от 08.06.2016 года № 218.

Уровня учреждения:

- Устав МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района;

- Образовательная программа МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района на 2019-2020 учебный год.

- Рабочие программы по видам спорта.

- Приказ по МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района «О начале учебных занятий и утверждения педагогической нагрузки на 2019-2020 учебный год».

Цель учебного плана.

Основной целью учебного плана является содействие реализации образовательной программы МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района.

1. Режим работы учреждения.

1. Учебный год в ДЮСШ начинается с 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенья), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2. Комплектование в отделениях по видам спорта и учебная нагрузка тренеров — преподавателей устанавливается на 1(15) сентября.

3. Продолжительность каждого этапа обучения определяется учебным планом, рассчитанным для штатных тренеров-преподавателей на 52 недели, для тренеров-преподавателей работающих по совместительству 36 недель.

4. Учебная нагрузка и режим занятий обучающихся определяется в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

5. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, участие в матчевых встречах, соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, пребывание в летних оздоровительных лагерях, инструкторская и судейская практика обучающихся.

Все формы обучения применяются в соответствии с учебными планами в течение календарного года, включая выходные и праздничные дни.

6.Тренировочные занятия проводятся с 8.00-21.00 часов с учащимися общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждениях Камышловского района.

7.Продолжительность занятий исчисляется в академических часах, академический час равен 45 минутам.

**Количество часов в неделю /год реализация дополнительных
предпрофессиональных программ в МКУ ДО ДЮСШ
Камышловского района 52 недели занятий**

Вид спорта	Этапный норматив	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап		ССМ	итого часов
		1 года	2 года	3года	до 2-х лет	свыше 2-х лет		
лыжные гонки	количество часов в неделю	12	15	10	9	44	18	108
	количество часов в год	624	780	520	468	2288	936	5616
каратэ	количество часов в неделю	0	9	0	0	6	0	15
	количество часов в год	0	468	0	0	312	0	780
мини-футбол	количество часов в неделю	12	23	18	9	33	0	95
	количество часов в год	624	1196	936	468	1716	0	4940
легкая атлетика	количество часов в неделю	0	0	0	9	0	0	9
	количество часов в год	0	0	0	468	0	0	468
баскетбол	количество часов в неделю	9	18	0	0	0	0	27
	количество часов в год	468	936	0	0	0	0	1404
волейбол	количество часов в неделю	0	18	0	0	0	0	18
	количество часов в год	0	936	0	0	0	0	936
количество часов в неделю								272
количество часов в в год								14416

* 18 вакантных часов в неделю

**Количество часов в неделю /год реализация общеразвивающих
программ в МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района 36 недель занятий**

Вид спорта	Этапный норматив	Итого часов
лыжные гонки	количество часов в неделю	22
	количество часов в год	792

каратэ	количество часов в неделю	0
	количество часов в год	0
мини-футбол	количество часов в неделю	6
	количество часов в год	216
легкая атлетика	количество часов в неделю	0
	количество часов в год	0
баскетбол	количество часов в неделю	0
	количество часов в год	0
волейбол	количество часов в неделю	0
	количество часов в год	0
количество часов в неделю		28
количество часов в год		1008

Количество часов в неделю /год реализация общеразвивающих программ в МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района 52 недели занятий

Вид спорта	Этапный норматив	Итого часов
лыжные гонки	количество часов в неделю	12
	количество часов в год	624
каратэ	количество часов в неделю	4
	количество часов в год	208
мини-футбол	количество часов в неделю	38
	количество часов в год	1976
легкая атлетика	количество часов в неделю	6
	количество часов в год	312
баскетбол	количество часов в неделю	24
	количество часов в год	1248
волейбол	количество часов в неделю	19
	количество часов в год	988
количество часов в неделю		103
количество часов в год		5356

Особенности реализации учебного плана

Учебный план складывается из двух уровней сложности (базовый и углубленный) и четырех , преемственно связанных между собой этапов спортивной подготовки:

Базовый уровень:

- 1.Спортивно-оздоровительный этап (СОГ) – весь период обучения
- 2.Этап начальной подготовки (НП)- 2 года

Углубленный уровень:

- 3.Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (Т)- содержит два отдельных периода:
-этап начальной специализации –до 2-х лет обучения (1-й,2-й годы обучения);

-этап углубленной специализации - до 3-х лет (3-й,4-й, 5-й годы обучения);

4.Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)-до 2 лет обучения.

Учебный план каждого этапа обучения определяет:

- объем учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка)
- содержание форм промежуточной и итоговой аттестации: сдача приемных, контрольных и переводных тестов.

Наполняемость учебного плана определена составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы по избранному виду спорта.

Часы учебного плана обеспечивают индивидуальный характер развития учащихся с учетом их личностных особенностей, профессиональных интересов и склонностей и распределены следующим образом:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу или экипаж;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, учебно-тренировочные сборы;
- самостоятельная работа по индивидуальным планам (этап спортивного совершенствования мастерства);
- медико-восстановительные мероприятия;
- культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах;
- инструкторская и судейская практика;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся;
- спортивно-оздоровительная и воспитательная работа.

В результате изучения разнообразных разделов каждый учащийся спортивной школы сможет соотнести свои интересы и способности с предстоящей работой по избранному профилю.

Корректировка учебного плана может производиться учреждением в следующих случаях:

- изменение режима работы учреждения;
- увольнение педагога;
- длительная болезнь педагога;
- прием на работу нового педагога (при наличии вакансии);

Выполнение учебного плана контролируется ежемесячно по журналам учета работы спортивных секций случаях вынужденного отсутствия педагога

(болезнь, длительная командировка и т.д.) выполнение учебного плана может быть обеспечено посредством:

- замены педагога;
- уплотнения учебного материала за счет часов повторения и практики;
- снятия часов с менее значимых тем.

Учебный план включает в себя этапы обучения: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный. Спортивная подготовка многолетняя, круглогодичная.

Учебный план разрабатывается из расчета 46 недель занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и 6 недель в период активного летнего отдыха (спортивно-оздоровительный лагерь, учебно-тренировочные сборы по индивидуальным программам). С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специально физическую, тактическую подготовку.

Обучение в МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района осуществляется по следующим дополнительным общеобразовательным программам:

1.Базовый уровень:

Дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта:

- лыжные гонки;
- легкая атлетика;
- волейбол;
- баскетбол;
- каратэ;
- мини-футбол.

2.Углубленный уровень:

Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта по видам спорта:

- лыжные гонки;
- мини-футбол;
- каратэ;
- легкая атлетика;
- баскетбол;
- волейбол.

Деятельность МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района призвана способствовать физическому, интеллектуальному и нравственному развитию детей и подростков, их самосовершенствованию, профессиональному самоопределению, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.

Задачи:

- 1) формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- 2) удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- 3) формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- 4) укрепление здоровья учащихся;

- 5) обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания учащихся;
- 6) социализация и адаптация учащихся к жизни в обществе;
- 7) профессиональная ориентация учащихся;
- 8) выявление, развитие и поддержка учащихся, проявивших выдающиеся способности;
- 9) создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения учащихся.

Учебный материал для общеразвивающих программ, излагается для спортивно-оздоровительных групп (СОГ) по видам спорта: лыжные гонки, волейбол, баскетбол, легкая атлетика, мини-футбол, каратэ.

Основной задачей спортивно-оздоровительного этапа подготовки является сохранение и укрепление здоровья детей, развитие двигательных навыков и умений, формирование личностных качеств. На спортивно-оздоровительном этапе наибольшее внимание уделяется общей физической подготовке учащихся (ОФП).

Учебный материал предпрофессиональных программ по видам спорта: лыжные гонки, мини-футбол, каратэ в данном плане излагается по уровням:

1. Базовый уровень

Этап начальной подготовки (НП).

Основной задачей данного этапа является овладение основами физических упражнений, занятий различными видами спорта, выявление задатков и способностей детей, развитие интереса к занятиям спортом, воспитание черт спортивного характера.

Для групп НП учебный процесс носит условный характер. В связи с отсутствием официальных соревнований высокого ранга, годичный цикл не делится на периоды. Основное внимание сосредотачивается на соде ржании недельных циклов. Контрольные соревнования проводятся по текущему материалу занятий без направленной подготовки к ним.

На первом году обучения основное внимание уделяется физической и технической подготовке.

В игровых видах спорта во второй половине цикла увеличивается количество часов, отводимых на техническую и практическую подготовку.

На этапе начальной подготовки общий объем нагрузки небольшой, поэтому восстановление работоспособности происходит, главным образом, естественным путем. В основном, здесь имеют наибольшее значение педагогические средства восстановления, которые предусматривают оптимальное построение педагогического процесса, рациональное сочетание игр, упражнений и интервалов отдыха и тренировочных занятий.

В разделе практические занятия программный материал для групп НП предоставляется в виде учебно-тренировочных занятий, с группировками в отдельные блоки по принципу их преимущественной направленности. В группах НП учащиеся переводятся на следующий год обучения при выполнении нормативов по ОФП.

2. Углубленный уровень

Тренировочный этап (Т) – делится на этап начальной специализации (до 2 лет), и углубленной специализации (свыше 2 лет).

Основными задачами учебно-тренировочного этапа подготовки являются повышение физической и функциональной подготовленности учащихся, овладение основами техники выбранного вида спорта, развитие основных физических качеств, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях различного масштаба, уточнение навыков в организации и проведении соревнований, приобретение инструкторских и судейских навыков.

На первом и втором годах обучения в тренировочных группах (Т) главное место в годичном цикле занимает подготовительный период.

На третьем году подготовки в тренировочных группах (Т) увеличивается время, отводимое на специальную физическую и техническую подготовку, повышается объем соревновательных нагрузок.

Четвертый и пятый год обучения в тренировочных группах (Т) характерен тем, что подготовленность учащихся достигает достаточно высокого уровня, участие в ответственных соревнованиях требует максимального проявления способностей, двигательного потенциала, спортивно-технического и тактического арсенала.

Возрастает количество соревнований. Основное внимание при распределении объемных компонентов тренировки сосредотачивается на технической и физической подготовке, добавляется тактическая и интегральная подготовка.

Перевод на учебно-тренировочном этапе по годам обучения проводится при выполнении контрольных нормативов по физической, специальной подготовке и наличии соответствующего разряда.

В учебно-тренировочных группах (УТГ) предусматривается проведение двух углубленных медицинских осмотров по программе диспансеризации.

3. Этап спортивного совершенствования мастерства

3.1. Этап спортивного совершенствования мастерства обеспечивает повышение функциональных возможностей организма спортсменов, совершенствование специальных физических качеств, технико-тактической и психической подготовленности, совершенствование умений и навыков в условиях соревновательной деятельности, поддержание высокого уровня спортивной мотивации, сохранение здоровья, позволяет вести специализированную подготовку перспективных учащихся в целях достижения стабильных результатов, позволяющих войти в состав юношеской сборной команды России и выполнение нормативов Мастера спорта России.

3.2. На этап спортивного совершенствования мастерства зачисляются спортсмены, выполнившие норматив кандидата в мастера спорта России (либо I юношеского (или взрослого) разрядов, в зависимости от возраста, в игровых видах спорта). Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при положительной динамике прироста спортивных показателей.

3.3. Этап спортивного совершенствования (ССМ) предназначен для дальнейшей специализированной подготовки в группах спортивного совершенствования (ССМ) учащихся МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района, достигших 14-16-летнего возраста и выполнивших спортивный разряд

кандидата в мастера спорта. На этап СС также могут зачисляться перспективные спортсмены, близкие к выполнению спортивного разряда КМС, при условии присвоения им данного разряда в течении 1-го года обучения на этапе, но не более половины от количества, установленного нормативными требованиями. Перевод по годам обучения на этапе СС осуществляется при условии положительной динамики прироста спортивных показателей и успешной сдачи контрольно-переводных нормативов. Длительность этапа – 3 года.

Задачи и преимущественная направленность подготовки на этапе ССМ:

- развитие и совершенствование специальных физических (скоростная и силовая выносливость, специализированные проявления быстроты и силы) и психических качеств;

- освоение повышенных тренировочных нагрузок;

- дальнейшее накопление соревновательного опыта участия в официальных соревнованиях высокого уровня;

- достижение стабильных спортивных результатов, характерных для стадии первых больших успехов, выполнение нормативов, необходимых для присвоения звания Мастера спорта РФ.

На этапе обучения ССМ ведется поиск путей наиболее полной реализации возможностей организма молодого спортсмена и его двигательного потенциала в соревновательной деятельности. Поэтому особое внимание в процессе СС следует уделять подготовке к соревнованиям и успешному участию в них. Тренировки приобретают специализированную направленность, в них используется весь комплекс эффективных средств, методов и организационных форм тренировки с целью достижения высоких результатов в соревнованиях.

Тренировочный процесс индивидуализируется и строится с учетом особенностей соревновательной деятельности спортсменов.

Используются следующие критерии:

а) на спортивно-оздоровительном этапе:

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся наряду с основами технических навыков в избранном виде спорта;

- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

б) на этапе начальной подготовки:

- стабильность состава обучающихся уровень потенциальных возможностей обучающихся в избранном виде спорта;

- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;

- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

в) на учебно-тренировочном этапе:

- состояние здоровья, уровень физической подготовленности обучающихся;

- динамика роста уровня специальной физической и технико-

тактической подготовленности обучающихся в соответствии индивидуальными особенностями;

-уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- выполнение нормативов массовых спортивных разрядов.

г) на этапе совершенствования спортивного мастерства:

-уровень общего и специального физического развития и функционального состояния организма обучающихся;

-динамика спортивных достижений, результаты выступлений в официальных региональных и всероссийских соревнованиях;

- зачисление воспитанников ДЮСШ в училища олимпийского резерва и школы высшего спортивного мастерства.

д) на этапе высшего спортивного мастерства:

-стабильность успешных результатов выступления во всероссийских и международных соревнованиях;

- достижение результатов уровня сборных команд России.

Программно-методическое обеспечение учебного плана
Дополнительные предпрофессиональные программы
в области физической культуры и спорта

№ п/п	Вид спорта	ФИО тренера-преподавателя	Наименование общеобразовательной программы
1.	Лыжные гонки	Белов Николай Владимирович	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа (этап углубленной специализации 5 года обучения)
		Архипов Владислав Андреевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа тренировочный этап (этап углубленной специализации 3 -5 года обучения Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа тренировочный этап (этап начальной специализации 1 -2 года обучения)
		Лобанов Андрей Дмитриевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа спортивного совершенствования мастерства до года
		Архипова Сирануш Размиковна	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа этап начальной подготовки 1- 2 года обучения
			Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа этап начальной подготовки 3 года обучения
		Болони Семен Викторович	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа тренировочный этап (этап начальной специализации).
		Шемякин Игорь Валерьевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам группа этап начальной подготовки 1 года обучения
2.	Каратэ	Жумангужинов Вадим Рауфович	Дополнительная предпрофессиональная программа по каратэ тренировочный этап (этап углубленной специализации) 5 года обучения
		Степанов Валерий Юрьевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по каратэ этап начальной подготовки 2 года обучения
3.	Мини-футбол	Коровкин Денис Георгиевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу тренировочный этап (этап углубленной специализации) 3-4 года обучения
			Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу эта начальной подготовки 1 года обучения
		Воробьев Сергей Петрович	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу тренировочный этап (этап начальной специализации)

		ПустовойСергей Григорьевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу эта начальной подготовки 2 года обучения		
		Тыртышный Анатольевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу этап начальной подготовки 1 года обучения		
		Заостровных Дмитрий Анатольевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу тренировочный этап (этап углубленной специализации) свыше 2 лет		
			Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу этап начальной подготовки свыше 2 лет		
		Пермикин Василий Геннадьевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу эта начальной подготовки 1 года обучения		
			Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу эта начальной подготовки 2 года обучения		
		Иванов Евгений Николаевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу эта начальной подготовки 1 года обучения		
			Дополнительная предпрофессиональная программа по мини-футболу этап начальной специализации свыше 2 лет		
		4.	Легкая атлетика	Сухарева Наталья Владимировна	Дополнительная предпрофессиональная программа по легкой атлетике тренировочный этап (этап начальной специализации) 2 года
		5.	Баскетбол	Заостровных Василий Анатольевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по баскетболу этап начальной подготовки 1 года
Кириллов Денис Адреевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по баскетболу этап начальной подготовки 2 года обучения				
Данич Александр Сергеевич	Дополнительная предпрофессиональная программа по баскетболу этап начальной подготовки 1 года обучения				
6.	Волейбол	Несговорова Валентина Владимировна	Дополнительная предпрофессиональная программа по волейболу этап начальной подготовки 2 года обучения		
		Болонин Семен Викторович	Дополнительная предпрофессиональная программа по волейболу этап начальной подготовки 2 года обучения		
		Яворский Виктор Владимирович	Дополнительная предпрофессиональная программа по волейболу этап начальной подготовки 2 года обучения		

Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта

№ п/п	Вид спорта	ФИО тренера-преподавателя	Наименование общеобразовательной программы
1.	Лыжные гонки	Болонин Семен Викторович	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам.
		Петкина Светлана Михайловна	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам
		Шемякин Игорь Валерьевич	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам
		Нефедов Михаил Владимирович	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам
		Нифантова Светлана Владимировна	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам:
		Саргсян Надежда Юрьевна	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам: Общая физическая подготовка с элементами лыжных гонок
		Чуркина Марина Игоревна	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам: Общая физическая подготовка с элементами лыжных гонок
		Чуркина Наталья Платоновна	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам: Общая физическая подготовка с элементами лыжных гонок
2.	Волейбол	Кашин Денис Александрович	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу
		Владимиров Петр Петрович	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу
5.	Баскетбол	Чуркин Анатолий Николаевич	Дополнительная

			общеразвивающая программа по баскетболу
		Кашин Денис Александрович	Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу
		Ахтариев Александр Менлатшевич	Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу
4.	Каратэ	Жумангужинов Вадим Рауфович	Дополнительная общеразвивающая программа по каратэ
5.	Мини-футбол	Заосторовных Дмитрий Анатольевич	Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу
		Ковальчук Павел Витальевич	Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу
		Пермикин Василий Геннадьевич	Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу
		Коровкин Денис Георгиевич	Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу
		Воробьев Сергей Петрович	Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу
6	Легкая атлетика	Дорохина Тамара Евгеньевна	Дополнительная общеразвивающая программа по легкой атлетике

Учебный план учебно-тренировочных занятий по лыжным гонкам
МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района

Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки						
	Базовый уровень				Углубленный уровень		
	СОГ	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
		До 2 лет		Свыше 2 лет	До двух лет	Свыше двух лет	
		Весь период	1 год	2 год			
Общая физическая подготовка	382	391	548	307	210	828	251
Специальная физическая подготовка	411	122	169	124	147	701	348
Техническая подготовка	566	105	142	57	83	276	111
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	43	-	-	-	21	115	37
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	14	-	-	16	21	276	135
Медицинские, восстановительные мероприятия, тестирование, контрольные нормативы	-	6	27	16	21	46	36
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	16	46	18
	1416	624	780	520	468	2288	936

Учебный план учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике бег на
короткую дистанцию
МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки	
	Базовый уровень	Углубленный уровень
	СОГ	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)
	Весь период	До двух лет
Общая физическая подготовка	146	125
Специальная физическая подготовка	99	169
Техническая подготовка	44	163
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	20	73
Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	3	63
Медицинские, восстановительные мероприятия, тестирование, контрольные нормативы	-	31
	312	624

Учебный план учебно-тренировочных занятий по мини-футболу
МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Базовый уровень				Углубленный уровень	
	СОГ	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До 2 лет		Свыше 2 лет	до двух лет	свыше двух лет
	Весь период	1 год	2 год	3 год		
Общая физическая подготовка	592	105	200	155	78	230
Специальная физическая подготовка	570	25	50	45	50	159
Техническая подготовка	131	265	455	330	125	390
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	263	60	109	102	45	185
Технико- тактическая (интегральная) подготовка	263	140	330	260	140	662
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	373	29	52	44	30	90
	2192	624	1196	936	468	1716

Учебный план учебно-тренировочных занятий по баскетболу
МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки		
	Базовый период		
	СОГ	Этап начальной подготовки	
		До 2 лет	
	Весь период	1 год	Свыше года
Общая физическая подготовка	437	136	236
Специальная физическая подготовка	112	50	94
Техническая подготовка	300	100	206
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия	187	70	157
Технико-тактическая (интегральная) подготовка	162	68	131
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	50	44	112
	1248	468	936

Учебный план учебно-тренировочных занятий по волейбол
МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки	
	Базовый период	
	СОГ	Этап начальной подготовки
	Весь период	Свыше года
Общая физическая подготовка	254	240
Специальная физическая подготовка	199	189
Техническая подготовка	176	167
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	231	219
Технико-тактическая (интегральная) подготовка	79	75
Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%)	49	46
	988	936

Учебный план учебно-тренировочных занятий по каратэ
МКУ ДО ДЮСШ Камышловского района

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки		
	Базовый период		
	Базовый уровень		Углубленный уровень
	СОГ	НП	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)
	Весь период	До 2 лет	свыше двух лет
Общая физическая подготовка	64	160	40
Специальная физическая подготовка	34	74	74
Техническая подготовка	100	210	162
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка , техничко- тактическая (интегральная) подготовка	4	6	4
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	6	18	32
	208	468	312